

# Étlap (allergén, élettani érték)

Grassalkovich Antal Általános Iskola

(Iskola)

2024.06.03 - 2024.06.09

Üzem: 0036  
1202 Bp., Lázár utca 3-5.  
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

Etkezés / Menü	Hétfő 06.03	Kedd 06.04	Szerda 06.05	Csütörtök 06.06	Péntek 06.07
egyéb ebéd / J	Zeller leves (9:10:12:)  Roston sült pulykamell (10:) Vitaminfőzelek új SP. (12:)  cukor 0,086 g; élelmi rost 11,329 g; fehérje 25,196 g; só 1,697 g; szénhidrát 50,441 g; telített zsírsav 1,906 g; zsír 15,945 g; energia 454,696 Kcal; energia 1900,64 KJ; koleszterin 36 mg;	Alma  Meggyleves kr.cukorral (10:12:) Glutén-tojásmentes szarvacska köret Parajos csirkeraгу (12:)  élelmi rost 8,397 g; fehérje 30,329 g; hozzáadott cukor 26,779 g; só 4,2927 g; szénhidrát 147,435 g; telített zsírsav 2,715 g; zsír 24,401 g; energia 947,5 kcal; energia 3960,47 KJ; koleszterin 54 mg;	Zöldseges tarhonyaleves (9:10:12:)  Vagdalt szelet (10:12:) Burgonyafőzelek, magyaros (10:12:)  cukor 0,01 g; élelmi rost 11,081 g; fehérje 30,487 g; hozzáadott cukor 0,874 g; só 3,039 g; szénhidrát 85,142 g; telített zsírsav 5,237 g; zsír 28,581 g; energia 728,402 kcal; energia 3045,58 KJ; koleszterin 68 mg;	Citromos csirkeraгуleves (10:12:)  Gyümölcsrész D. (rizstejlel) (12:)  élelmi rost 7,721 g; fehérje 30,158 g; hozzáadott cukor 33,547 g; só 2,417 g; szénhidrát 143,958 g; telített zsírsav 2,796 g; zsír 17,051 g; energia 960,296 kcal; energia 3995,31 KJ; koleszterin 70,56 mg;	Csemege uborka édesítő szerekkel (10:12:) Ribolilla (10:12:) Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya (12:)  cukor 0,005 g; élelmi rost 15,814 g; fehérje 45,29 g; hozzáadott cukor 1,639 g; só 8,488 g; szénhidrát 101,324 g; telített zsírsav 4,627 g; zsír 39,334 g; energia 949,177 kcal; energia 3967,89 KJ; koleszterin 72 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Készült: 2024.05.30 8:34

Üzemi: 0036  
1202 Bp., Lázár utca 3-5.  
Telefon: 284-69-15 Fax: 283-10-11

## Étlap (allergén, élettani érték)

- F - Tej-, tojás-, szójamentes (iskola)

**2024.06.03 - 2024.06.09**

Étkezés / Menü	Hétfő 06.03	Kedd 06.04	Szerda 06.05	Csütörtök 06.06	Péntek 06.07
<b>egyéb ebéd / F</b>	Zeller leves (9;10;12;)  Roston sült pulykamell (10;) Vitaminfőzelék új SP. (12;)	Alma  Mogyolyves kr.cukorral (10;12;) Glutén-tojásmentes szarvascska köret Parajos csirkeraqu (12;)	Zöldeséges tarhonyaleves (9;10;12;)  Vagdalt szelet (10;12;) Burgonyafőzelék, magyaros (10;12;)	Citromos csirkeraquleves (10;12;)  Gyümölcsrizs D. (rizslejjel) (12;)	Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12;) Ribollita (10;12;) Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya (12;)
	cukor 0,086 g; ételmi rost 11,329 g; fehérje 25,196 g; só 1,697 g; szénhidrát 50,441 g; telített zsírsav 1,906 g; zsír 15,945 g; energia 454,696 kcal; energia 1900,64 kJ; koleszterin 36 mg;	ételmi rost 8,397 g; fehérje 30,329 g; hozzáadott cukor 26,779 g; só 4,292 g; szénhidrát 147,435 g; telített zsírsav 2,715 g; zsír 24,401 g; energia 947,5 kcal; energia 3960,47 kJ; koleszterin 54 mg;	cukor 0,01 g; ételmi rost 11,081 g; fehérje 30,487 g; hozzáadott cukor 0,874 g; só 3,039 g; szénhidrát 85,142 g; telített zsírsav 5,237 g; zsír 28,581 g; energia 728,402 kcal; energia 3045,58 kJ; koleszterin 68 mg;	ételmi rost 7,721 g; fehérje 30,158 g; hozzáadott cukor 33,547 g; só 2,417 g; szénhidrát 143,938 g; telített zsírsav 2,796 g; zsír 17,051 g; energia 860,256 kcal; energia 3595,31 kJ; koleszterin 70,56 mg;	cukor 0,005 g; ételmi rost 15,814 g; fehérje 45,29 g; hozzáadott cukor 1,639 g; só 8,488 g; szénhidrát 101,324 g; telített zsírsav 4,627 g; zsír 39,334 g; energia 949,177 kcal; energia 3967,89 kJ; koleszterin 72 mg;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Ráktéték; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej; laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRADI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Készült: 2024.05.30 8:34